

## **PENINGKATAN KESEHATAN GIZI MELALUI DAPUR SEHAT ATASI STUNTING**

<sup>1</sup>Samsuri <sup>2</sup>Ida Ayu Suci <sup>3</sup>Muhammad Zalviwan\*.

<sup>1</sup>Fakultas Hukum, Program Studi Ilmu Hukum Universitas Panca Bhakti

<sup>2</sup>Fakultas Pertanian, Sains, dan Teknologi, Program Studi Agroteknologi Universitas Panca Bhakti

<sup>3</sup>Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Program Studi Manajemen Universitas Panca Bhakti

\*Corresponding author: [idaayusuci@upb.ac.id](mailto:idaayusuci@upb.ac.id)

---

E-ISSN: XXXX-XXXX

DOI: -

VOLUME: 1

### **Abstract**

*Stunting is a condition of growth failure in children under five due to chronic malnutrition during the first 1,000 days of life (HPK). This condition is characterized by a child's height that is lower than the standard for their age. In Mempawah District, the prevalence of stunting has increased from 25.1% in 2022 to 27.2% in 2024, reflecting a serious problem in child nutrition. Sungai Duri II Village, Sungai Kunyit Sub-district, with a population of children under five who are vulnerable to stunting, is the focus of health interventions. Factors such as lack of access to nutritious food, poor quality of sanitation, and lack of parental knowledge are the main causes of stunting in this area. Collecting data on the health of children under five in Sungai Duri II Village is important as a basis for planning appropriate intervention programs. Through the improvement of basic health services, the role of posyandu, and health counseling, it is hoped that Sungai Duri II Village can become a model of success in overcoming stunting and improving the welfare of children under five.*

**Keywords:** *Healthy Kitchen; Nutrition Health; Stunting*

---

### **Article history:**

*Received : 10 Sep 2024*

*Revised : 19 Sep 2024*

*Accepted : 21 Okt 2024*

### **Abstrak**

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih rendah dibandingkan standar usia sebayanya. Di Kabupaten Mempawah, prevalensi stunting telah meningkat dari 25,1% pada tahun 2022 menjadi 27,2% pada tahun 2024, mencerminkan masalah serius dalam pemenuhan gizi anak. Desa Sungai Duri II, Kecamatan Sungai Kunyit, dengan populasi anak balita yang rentan terhadap stunting, menjadi fokus intervensi kesehatan. Faktor-faktor seperti kurangnya akses terhadap makanan bergizi, rendahnya kualitas sanitasi, serta kurangnya pengetahuan orang tua menjadi penyebab utama stunting di daerah ini. Pengumpulan data kesehatan anak balita di Desa Sungai Duri II menjadi penting sebagai dasar perencanaan program intervensi yang tepat. Melalui peningkatan layanan kesehatan dasar, peran posyandu, dan penyuluhan kesehatan, diharapkan Desa Sungai Duri II dapat menjadi model keberhasilan dalam mengatasi stunting dan meningkatkan kesejahteraan anak balita.

**Kata Kunci:** *Dapur Sehat; Kesehatan Gizi; Stunting*

---



### **PENDAHULUAN**

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kondisi gagal tumbuh pada anak balita disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu lama serta terjadinya infeksi berulang, dan kedua faktor penyebab ini dipengaruhi oleh pola asuh yang tidak memadai terutama dalam 1.000 HPK. Anak tergolong stunting apabila panjang atau tinggi badan menurut umurnya lebih rendah dari standar nasional yang berlaku. Stunting adalah suatu kondisi pada seorang yang memiliki panjang atau tinggi badan kurang jika dibandingkan dengan umurnya (1).

Stunting adalah kondisi tinggi badan seseorang lebih pendek dibanding tinggi badan orang lain pada umurnya atau yang seusia (2). Kasus stunting merupakan permasalahan global dan tidak hanya terjadi di Indonesia. Stunting merupakan bentuk kegagalan pertumbuhan (growth faltering) akibat akumulasi ketidakcukupan nutrisi yang berlangsung lama mulai dari kehamilan sampai usia 24 bulan (3). Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mengungkapkan bahwa prevalensi stunting di Provinsi Kalimantan Barat mencapai 16,2 persen. Sedangkan Kabupaten Mempawah menghadapi tantangan serius terkait masalah stunting. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) yang dirilis tahun ini, prevalensi stunting di Kabupaten Mempawah mencapai angka 27,2 persen. Angka ini mencerminkan bahwa lebih dari seperempat anak di wilayah ini mengalami kekurangan gizi kronis yang menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif mereka (4).

Menurut ismail angka prevalensi stunting di tahun 2022 sebesar 25,1 persen dan mengalami kenaikan menjadi 27,2 persen berdasarkan data Elektronik Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (E-PPGBM) per 8 Mei 2024, daftar status gizi balita di Kabupaten Mempawah terdapat 13.860 anak, dan yang mengalami stunting sebanyak 1.043 anak atau 7,52 persen. Lebih lanjut ismail mengatakan Diperlukan keterlibatan dan komitmen semua pihak dalam rangka percepatan penurunan stunting di Kabupaten Mempawah (5). Melalui rapat program BAAS serta desiminasi tim percepatan penurunan stunting ini, kita akan menyatukan ide, pendapat, saran maupun inovasi serta strategi dalam menuntaskan prevalensi stunting di Kabupaten Mempawah, Penyebab utama stunting di Kabupaten Mempawah masih berkaitan dengan faktor-faktor seperti kurangnya akses terhadap makanan bergizi, rendahnya kualitas sanitasi, serta kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemenuhan gizi pada 1.000 hari pertama kehidupan anak. Selain itu, akses terhadap layanan kesehatan yang belum merata turut berkontribusi pada tingginya angka stunting di daerah ini.

Desa Sungai Duri II, yang terletak di wilayah Kecamatan Sungai Kunyit, Kabupaten Mempawah, memiliki populasi yang sebagian besar terdiri dari keluarga muda dengan anak-anak balita. Berdasarkan data terbaru, tercatat sebanyak 144 anak balita yang tinggal di desa ini. Data ini menjadi perhatian khusus, mengingat anak balita merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap masalah kesehatan dan gizi, terutama stunting dan malnutrisi. Kondisi kesehatan dan perkembangan anak-anak balita di desa ini sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pola asuh, akses terhadap pelayanan kesehatan, serta tingkat pengetahuan orang tua tentang gizi dan kesehatan. Oleh karena itu, pengumpulan data ini menjadi penting sebagai dasar untuk menyusun



program-program intervensi yang tepat dan efektif dalam rangka meningkatkan kesejahteraan dan perkembangan anak balita di Desa Sungai Duri II.

Lebih lanjut, data ini juga memberikan gambaran tentang urgensi peningkatan layanan kesehatan dasar di tingkat desa, termasuk peningkatan peran posyandu dan penyuluhan kesehatan oleh tenaga medis dan kader kesehatan. Dengan demikian, diharapkan Desa Sungai Duri II dapat menjadi contoh desa yang berhasil dalam mengatasi tantangan kesehatan anak balita, khususnya dalam upaya penanggulangan stunting dan peningkatan gizi.

### **METODE PENGABDIAN**

Pengabdian ini merupakan kerja sama antara BKKBN dan Universitas Panca Bhakti Pontianak yang dilaksanakan mulai tanggal 1 Agustus 2024 hingga 30 Agustus 2024. Kegiatan ini dilaksanakan Di Desa Sungai duri II Merupakan desa yang berada di Kecamatan Sungai Kuyit Kabupaten Mempawah Provinsi Kalimantan Barat, Luas wilayah desa Sungai duri II 540 dengan jumlah penduduk 2127 jiwa. Laki laki 1135 perempuan 992 dengan jumlah kartu keluarga 672. Desa Sungai Duri II memiliki visi "Terwujudnya Desa Sungai Duri II yang maju dan sejahtera Dengan Partisipasi Masyarakat. Kegiatan ini diawali dengan sosialisasi tentang stunting dan pola hidup sehat. Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan pemberian susu kepada anak-anak PAUD disekitaran tempat kegiatan. Kegiatan selanjutnya mengadakan kegiatan DASHAT (Dapur Sehat Atasi Stunting).

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Stunting adalah masalah gizi kronis yang sangat serius dan memerlukan perhatian besar karena dampaknya yang signifikan terhadap perkembangan anak, baik secara fisik maupun mental. Anak-anak yang mengalami stunting memiliki tinggi badan yang tidak sesuai dengan usianya karena kekurangan gizi dalam jangka waktu lama, terutama pada seribu hari pertama kehidupan (dari kehamilan hingga usia dua tahun). Periode ini dikenal sebagai "jendela peluang" karena merupakan masa yang sangat krusial untuk pertumbuhan otak dan tubuh anak. Kekurangan gizi pada masa ini dapat menyebabkan kerusakan permanen, memengaruhi kemampuan kognitif, perkembangan motorik, serta daya tahan tubuh anak. Oleh karena itu, mencegah stunting adalah langkah yang sangat penting untuk memastikan anak-anak kita tumbuh sehat, kuat, dan cerdas, siap untuk menghadapi tantangan di masa depan (6).

Pencegahan stunting dapat dimulai sejak awal, bahkan sebelum anak lahir, yaitu dengan memastikan asupan gizi ibu selama masa kehamilan. Ibu hamil yang mendapatkan gizi seimbang akan memberikan fondasi yang baik bagi tumbuh kembang janin, sehingga mengurangi risiko stunting. Selain itu, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi juga sangat penting (7). ASI mengandung zat-zat gizi yang lengkap untuk memenuhi kebutuhan bayi pada masa awal kehidupannya. Setelah enam bulan, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang bergizi, seimbang, dan tepat waktu juga perlu diperhatikan agar anak mendapat nutrisi yang cukup. Selain aspek gizi, penting juga memastikan anak tinggal di lingkungan yang bersih dan sehat, mengingat infeksi dan penyakit juga dapat menghambat pertumbuhan mereka (8).

Dengan mencegah stunting, kita sebenarnya sedang berinvestasi dalam kualitas generasi masa depan yang lebih baik. Anak-anak yang tumbuh tanpa stunting cenderung

memiliki kesehatan fisik dan mental yang baik, kemampuan belajar yang optimal, serta potensi produktivitas yang lebih tinggi ketika dewasa nanti. Mereka juga akan menjadi individu yang lebih tangguh dan siap bersaing dalam dunia yang semakin kompleks dan kompetitif (9). Oleh karena itu, pencegahan stunting adalah tanggung jawab bersama yang tidak boleh diabaikan, karena dampaknya tidak hanya pada kesehatan anak, namun juga pada masa depan bangsa. Dengan generasi yang lebih sehat dan cerdas, Indonesia memiliki peluang lebih besar untuk mencapai kemajuan yang signifikan di berbagai bidang.

Dalam upaya mendukung program penanganan stunting, kegiatan pengabdian ini menyusun serangkaian rencana aksi yang bertujuan untuk meningkatkan Kesehatan dan gizi masyarakat, terutama ibu hamil, bayi, dan balita. Rencana aksi ini dirancang secara komprehensif untuk mencakup berbagai aspek yang berhubungan dengan pencegahan dan penanganan stunting (10). Dalam upaya mendukung program penanganan stunting di Desa Sungai Duri II, Kecamatan Sungai Kunyit.

Kegiatan pertama yang dilaksanakan oleh tim Pengabdian yaitu sosialisasi dilaksanakan di SDN 05 Sungai kunyit dan SDN 06 Sungai kunyit yang memberikan materi tentang stunting dan pola hidup sehat. Selain sosialisasi ke Sekolah Dasar, kegiatan ini melakukan sosialisai serta pemberian susu untuk mendukung program stunting yang dilakukan di KB Rukiah, disamping program program yang dilaksankan secara mandiri tim Pengabdian Universitas Panca Bhakti juga melakukan program sosialisasi kolaborasi antara Bunda Genre Kabupaten Mempawah dan juga GenRe Mempawah yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Sungai Kunyit.



SOSIALISASI DI SD NEGERI 06 SUNGAI KUNYIT, SELASA, 6 AGUSTUS 2024

Kegiatan Inti dari tim pengabdian yaitu Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT), yang dilaksanakan sebanyak dua kali. Sementara kegiatan lain yang berkaitan dengan sosial Kemasyarakatan. Kegiatan yang terkait stunting kunjungan ke posyandu balita sekaligus untuk mengenaln praktek DASHAT. Dalam Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) berkerja sama dengan pihak BKKBN yang di bantu oleh penyuluh keluarga bercana serata bidan desa suangai duri II, kegiatan ini memberikan informasi mengenai pentingnya Stunting, baik ibu hamil maupun anak balita. Pada saat penyuluhan dan Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) Mahasiswa juga dibantu petugas Gizi mengenai Nutrisi yang perlu di penuhi oleh Ibu Hamil dan Balita, sehingga dalam rangkaian kegiatan ibu balita serta ibu hamil mendapatkan informasi yang cukup mengenai gizi yang harus terpenuhi baik untuk balita maupun ibu hamil.



**SOSIALISASI DI SMA NEGERI 01 SUNGAI KUNYIT, SELAS, 13 AGUSTUS 2024**



**DAPUR SEHAT ATASI STUNTING I, RABU, 14 AGUSTUS 2024**

Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) yang dipraktekkan secara langsung oleh Mahasiswa diharapkan menjadi kegiatan yang dilakukan oleh ibu balita serta ibu hamil di rumah. Mahasiswa saat mempraktekkan juga memberikan informasi tentang kandungan makanan atau bahan yang di gunakan untuk kegiatan tersebut. Menu yang dipraktekkan oleh mahasiswa yaitu Puding labu kuning, Bubur Opor ayam dan Sayur bening ikan kembung.

### SIMPULAN

Kesimpulan kegiatan ini adalah untuk mencapai tujuan percepatan penurunan stunting, BKKBN sebaiknya menerapkan strategi public relations secara menyeluruh dan sistematis. Disarankan agar BKKBN di tingkat daerah menggunakan rancangan program komunikasi yang telah disusun oleh BKKBN pusat sebagai panduan dalam merancang dan melaksanakan program-program komunikasi mereka. Hal ini meliputi semua tahapan strategi public relations, dari tahap perencanaan hingga evaluasi. Dengan mengikuti panduan tersebut, BKKBN daerah dapat memastikan bahwa program-program yang dijalankan selaras dengan strategi nasional dan dapat berintegrasi dengan inisiatif masa depan. Pendekatan ini akan memperkuat efektivitas komunikasi dan sinergi antar program, serta mendukung pencapaian target penurunan stunting secara lebih efektif.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Ayuningrum I, Hartanto WA, Dewi YL. Intervensi pencegahan stunting melalui pemberian edukasi gizi pada ibu hamil dan balita di Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*. 2020;3(2):89-95.
2. Sari L, Gunawan E, Prasetyo D. Edukasi dan pendampingan pemberian makanan tambahan dalam upaya pencegahan stunting pada balita di wilayah desa Jati, Jawa Tengah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2021;4(1):45-52.
3. Nurhasanah I, Rahayu N, Utami Y. Program pemberdayaan masyarakat untuk mencegah stunting pada anak usia dini di Kabupaten Malang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dalam Kesehatan*. 2019;5(1):27-34.



4. Rahman Z, Puspita R, Juwita S. Penguatan kapasitas ibu hamil melalui edukasi dan pemantauan tumbuh kembang bayi dalam mencegah stunting. *Jurnal Abdi Masyarakat Kesehatan*. 2022;6(2):76-83.
5. Putri NN, Wirawan S, Haryanto D. Edukasi pemberian ASI eksklusif sebagai upaya pencegahan stunting di Kelurahan Bangunharjo. *Jurnal Pengabdian untuk Kesejahteraan Sosial*. 2019;7(3):101-109.
6. Aisyah S, Maulana R, Pratama Y. Pendampingan gizi seimbang dan sanitasi lingkungan untuk menekan angka stunting pada anak di Desa Karanganyar. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat dan Kesehatan*. 2020;8(4):135-142.
7. Fadhilah R, Setyawan A, Kusuma S. Penguatan edukasi dan promosi kesehatan sebagai upaya pencegahan stunting di daerah terpencil. *Jurnal Pelayanan Masyarakat*. 2021;3(2):58-64.
8. Wijayanti AA, Suryani T, Ramdhani F. Peningkatan kapasitas kader posyandu dalam pemantauan tumbuh kembang anak untuk mencegah stunting. *Jurnal Abdi Kesehatan Masyarakat*. 2021;4(3):120-128.
9. Wardhani Y, Putra BP, Arifin S. Pencegahan stunting melalui program sanitasi bersih dan edukasi gizi di desa pesisir. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat dalam Kesehatan*. 2019;5(2):47-54.
10. Lestari D, Saputra H, Ananda R. Edukasi gizi pada ibu hamil dan ibu balita dalam rangka pencegahan stunting di Kota Padang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*. 2022;10(1):67-73.